

POUK NA DALJAVO

INDIVIDUALNA IN SKUPINSKA POMOČ

1. TEDEN: 16. 3. 2020- 20. 3. 2020

Učiteljica: Julija Grm

POZORNOST



Pozornost je zapletena sposobnost. Starši ti pogosto rečejo: »Bodi pozoren, zberi se.«

Pomembna je **aktivna pozornost oz. koncentracija**. Pomeni sposobnost zbranega dela, vztrajanja na nekem dražljaju. To je pozornost, ki jo posameznik zavestno usmerja in vzdržuje. Pri tem se mora zavestno ubraniti dražljajev, ki bi lahko bili moteči. (Mravlje, 1999)

Pozornost je potrebna za uspeh v šoli in je nujna, da lahko dokončaš nalogo. Ko nisi pozoren morda sanjariš, lahko se zmedeš ali pa preskakuješ iz dejavnosti na dejavnost in nobene ne dokončaš. Pomembno je, da zmoreš pozornost za nekaj časa obdržati na nalogi. Prav tako je pomembno usmeriti pozornost na podrobnosti. To pripomore, da postaneš dober opazovalec, hkrati pa vadiš tudi večini pisanja in branja.

Raziskave kažejo, da se z vsakodnevnim, usmerjenim izvajanjem vaj, ki spodbujajo aktivno pozornost, izboljša slušna pozornost, vidna pozornost, podaljša se vztrajanje v dejavnosti, izboljša se tempo predelovanja informacij, izboljša se spomin, zmanjša se število napak in izboljšuje se samopodoba. (Draksler, Korpnik, 2017)

URJENJE POZORNOSTI JE LAHKO ZABAVNO. VAJE ZA RAZVIJANJE RAZLIČNIH VRST POZORNOSTI NAJ TI NE PREDSTAVLJAJO LE NAPOR, DODATNO DELO TEMVEČ NAJ TI BODO PREDVSEM UVODNA MOTIVACIJA ZA DELO, KI TI GA JE PRIPRAVILA RAZREDNIČARKA IN OSTALI UČITELJI ALI PA NAGRADA PO OPRAVLJENIH NALOGAH.

Ta teden boš vadil **SLUŠNO POZORNOST**.



Vaje najdeš na naslednji povezavi

<http://pozoren.si/sl/napotki-za-la%C5%BEje-u%C4%8Denje>

ali pa v priloženem PDF- dokumentu.